

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования,  
Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи  
Красносельского района Санкт-Петербурга  
(ЦПМСС Красносельского района)

ПРИНЯТО  
Педагогический совет  
№ 3 от 01.09 2016 г.

УТВЕРЖДЕНО  
Директор \_\_\_\_\_ /Косицкая В.А./  
приказ № 29/1 от 02.09.16



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**«Как не стать жертвой насилия»**  
для учащихся 7-х классов ГБОУ  
на 2016-2017 учебный год  
срок реализации - 2 часа

**Составитель:** Бугрим Д.С.  
Логотская Е.А.

Санкт-Петербург  
2016

## Пояснительная записка

### Актуальность:

Насилие, физическое и психологическое, достаточно широко распространено в нашей повседневной реальности. Особенно подвержены риску стать жертвой насилия подростки, так как, с одной стороны они уже гораздо менее опекаемы родителями и начинают самостоятельно общаться с миром, с другой стороны, еще не имеют достаточного опыта и душевной твердости. В особенно уязвимом положении находятся безнадзорные дети. Большую часть свободного времени они проводят в уличной среде, зачастую враждебной, и должны как-то приспособливаться к ней. В результате часто у таких детей развивается агрессивный или виктимный, а иногда и оба стиля поведения. Если происходит закрепление деструктивного стиля поведения, это неизбежно приводит к сложностям в отношениях с социумом и, часто, к тяжелым последствиям для личности. Предлагаемая программа помогает подросткам сформировать уверенный стиль поведения и, в безопасной ситуации, приобрести некоторый опыт защиты от насилия.

### Адресат программы.

Учащиеся 7-х классов ГБОУ. Работа ведется в группах по более 15 человек, т.е. класс делится на 2 группы.

-

### Цель:

Профилактика виктимного и агрессивного поведения.

### Задачи:

1. Информировать о психологических аспектах проблемы насилия.
2. Обучить уверенному стилю общения.
3. Формировать интернальный локус контроля.

**Особенностью программы** является ее комплексный характер: возможность ее применения с другими программами ЦПМСС и использование ее результатов другими специалистами для групповой/индивидуальной работы.

**Срок реализации программы** – 2 часа.

**Форма занятий** – беседа, дискуссия, работа в группах

**Режим занятий** – занятия проводятся по предварительной договоренности с администрацией ГБОУ.

### Ожидаемый результат:

Увеличение информированности обучающихся по проблеме

### Тематическое планирование

№	Тема	Форма проведения	Кол-во часов	Цель занятия	Оборудование	Число
1.	Понятие о насилии, физическое и психологическое насилие	Групповая дискуссия	1	Профилактика агрессивного и виктимного поведения	Доска	
2.	Психология агрессора и жертвы		1			

### Методическое обеспечение

#### Список литературы.

Литература:

1. А.К. Колеченко. Как увидеть опасность, ее избежать. СПб, 2003.
2. А.Гуггенбюль. Зловещее очарование насилия. СПб, 2003.

3. К.Уэстон. Девичий разговор. СПб, 1997.
4. Методические разработки психолого-педагогических занятий М.Демаховской, В.Коханенко.
5. Н.А.Сирота, В.М.Ялтонский. Программа формирования здорового жизненного стиля. Москва, 2000.

**Содержание занятия.**

	Этап занятия	Действия ведущего	Действия детей
1.	Организационный момент.	Приветствие. Тема занятия.	
2.	Понятие о насилии, физическое и психологическое насилие	<p>- Беседа: определение понятия насилия</p> <p>На доске педагог записывает ассоциации к слову «насилие», которые дают учащиеся (названные ассоциации заранее делятся на две группы – физическое и психологическое насилие).</p> <p>Просит сделать вывод и дать определение слову «насилие».</p> <p>Насилие – это действие, направленное против воли человека.</p> <p>- Беседа: педагог просит детей посмотреть на записанные понятия и определить, на какие две группы можно разделить насилие.</p> <p>Насилие может быть психологическим и физическим.</p> <p>К психологическому насилию относятся оскорбления, угрозы, шантаж.</p> <p>К физическому – избиение, насильственный физический контакт.</p>	<p>Ответы на вопросы.</p> <p>Дискуссия</p>
3.	Объекты и субъекты насилия	<p>Педагог организует дискуссию, задавая вопросы, актуализирующие личный опыт обучающихся:</p> <p>Сталкивались ли вы в своей жизни с данными видами насилия? Как часто? Кто использует насилие против нас? Ответ записываем в столбик на доске.</p> <p>Сверстники, родители, одноклассники, братья, сестры, друзья, учителя, знакомые, посторонние люди и т.п. – все окружающие. От каких из этих групп людей проявления насилия переживаются наиболее часто? Больше всего? Почему?</p> <p>Используете ли вы сами насилие для достижения своих целей? К кому? Что можно сделать для того, чтобы насилия в нашей жизни стало меньше?</p>	Дискуссия
4.	Психология	Педагог предлагает обучающимся	Ответы на вопросы

	агрессора и жертвы	назвать причины, по которым люди используют насилие. 1. Насилие от своей слабости. 2. Насилие из чувства страха. 3. Насилие от распушенности. 4. Насилие как моральный и нравственный жизненный принцип. Групповая дискуссия: составление психологического портрета агрессора и его жертвы. Резюме ведущего, вводится понятие виктимного поведения.	Дискуссия
5.	Как не стать жертвой насилия	Работа в группах: Педагог делит обучающихся на группы и просит составить список правил поведения, минимизирующих риск в различных ситуациях. Педагог дополняет ответы детей.	Работа в группах Дискуссия.
6.	Уверенное поведение	Определение того, что такое уверенное поведение. Отличие от других форм отказа: агрессивное, неуверенное. Индивидуальная работа обучающихся с типичными проблемными ситуациями. Учащиеся случайным образом выбирают карточки с описанием проблемной ситуации. Ситуация проигрывается с педагогом, который дает обратную связь и корректирует поведение учащегося в сторону большей уверенности.	Дискуссия Ролевое моделирование
7.	Итог занятия	Проведение анкеты для определения уровня информированности и отношения к проблеме	Заполнение анкеты

## Безопасность. Как избежать насилия на улице.

Знайте, что избежать насилия можно, нужно лишь правильно оценить ситуацию и принять правильное решение.

- Не соглашайтесь на рискованные поездки с незнакомыми людьми.
- Зная о позднем возвращении, попросите своих близких встретить вас или приехать за вами на машине.
- Если вы предполагаете позднее возвращение, не одевайте слишком открытую одежду, которая может спровоцировать спонтанное нападение, захватите с собой более скромную одежду.
- Не одевайтесь вечером, как на обложке журнала, рекламирующего драгоценные украшения, а если вас грабят, отдайте все, что у вас есть, ваша жизнь стоит дороже. Но если вы решили во что бы то ни стало отстоять свои вещи, рассчитайте свои силы, можете ли вы оказать должное сопротивление, никогда недооценивайте противника, ведь даже если он выглядит щедрым, это не говорит о его силе, тем более, что в данном случае он хозяин положения.
- При выборе маршрута всегда руководствуйтесь не его краткостью, а безопасностью, выбирайте освещенные, открытые места, где в любое время можно встретить людей, старайтесь избегать темных аллей или лесных массивов. Сокращая путь домой, вы можете просто сократить себе жизнь. Поэтому помните, что избежать насилия можно, если вы сумеете вовремя предвидеть последствия ваших действий.
- Если на вас напали, кричите, бегите, привлекайте к себе внимание. Звоните в милицию.
- Если вам кто-то не нравится, в его присутствии вы чувствуете себя дискомфортно, доверьтесь своей интуиции и не оставайтесь с этим человеком наедине.
- Идите туда, где много людей. При всех он не осмелится напасть. В толпе всегда обращайтесь к конкретному человеку.
- Перед тем, как открыть дверь, обязательно посмотрите в глазок.
- Не впускайте в дом незнакомцев, особенно, если вы чувствуете себя беспокойно.
- Если кто-то хочет от вас позвонить, спросите у него номер, что он хочет передать (информацию) и позвоните сами.
- Никогда не входите одни в свою квартиру, если вы предполагаете, что она была взломана, и, возможно, кто-то есть внутри.
- Исключите однообразие: возвращайтесь с работы (учебы) разными путями.
- Отметьте для себя места, где вам смогут оказать помощь, где вы сможете укрыться: офисы, магазины, которые работают допоздна, дома, в которых люди поздно ложатся спать.
- Если что-то не так, убегайте.
- Не ходите в темное время по лесопаркам и мимо авто-парковок, идите по центру тротуара или дороги.

**Результативность.**

1. От чего зависит в большей степени ваша безопасность.

Выбрать наиболее значимый вариант:

- одежда и внешность,
- ваше окружение,
- ваше поведение,
- время действия,
- место действия.

2. Выбрать правильные и неправильные способы поведения в различных ситуациях:

- пытаться защититься с помощью перочинного ножика,
- пытаться защититься с помощью газового баллончика,
- демонстрировать компании пьяных парней знание приемов карате,
- убегая от насильника, пытаться затеряться в темном парке,
- убегая от насильника, бежать на людную улицу,
- если к вам пристают на лестнице, кричать «помогите, насилуют»,
- если к вам пристают на лестнице, кричать «пожар»,
- в электричке, после матча «Зенита», громко кричать «Спартак» – чемпион!»,
- делать замечания группе пьяных подростков по поводу поведения в общественном месте,
- обойти стороной группу пьяных подростков,
- пытаться в одиночку оказывать сопротивление группе грабителей.

3. Общаясь с агрессивно настроенным человеком, следует выбрать тон:

- доброжелательный и уверенный,
- напористый и жесткий,
- заискивающий и льстивый,
- подчеркнуто спокойный и безразличный.

